



GIANNA
TOMLIANOVICH

DALL'AUTRICE DI
IO STRETCHING DEI MERIDIANI

CHAKRA

ED EVOLUZIONE INTERIORE



UNA È LA VERITÀ, MOLTE LE FORME

UN PERCORSO COMPLETO
PER COMPRENDERE
E RISVEGLIARE LA TUA ENERGIA

EDIZIONI IL PUNTO D'INCONTRO

Gianna Tomlianovich

CHAKRA ED EVOLUZIONE INTERIORE

**Una è la Verità,
molte le forme**

**Un percorso completo per
comprendere e risvegliare la tua energia**

INDICE

Prefazione	9
CAP. 1 - CORNICE TEORICA DI RIFERIMENTO.....	13
L'onda della vita	21
Chakra e meridiani.....	25
Ternario e quaternario.....	28
Caratteristiche dei chakra	34
CAP. 2 - 1° CHAKRA: ELEMENTO TERRA	37
Terra e Hara.....	43
CAP. 3 - 2° CHAKRA: ELEMENTO ACQUA.....	47
Acqua viva e acqua morta	50
CAP. 4 - 3° CHAKRA: ELEMENTO FUOCO	55
Il fuoco del potere.....	59
Il gioco della seduzione	62
Le emozioni.....	64
Il macrocosmo dentro di noi.....	66
CAP. 5 - 4° CHAKRA: ELEMENTO ARIA E FUOCO PRIMARIO.....	71
La ruota delle rinascite	75
Il suono non-suono	77
Amore e libertà	79
Responsabilità ed equilibrio	83
Il potere di trasmutare.....	87
Il cuore guaritore.....	89
La visione orientale	92

CAP. 6 - 5° CHAKRA: ELEMENTO ETERE E METALLO	95
Ritmi e vibrazioni.....	
sonore	104
Il controllo cosciente del karma.....	109
La visione orientale	110
 CAP. 7 - 6° CHAKRA: LUCE ED ELEMENTO LEGNO	 113
L'alchimia dell'atto d'amore.....	118
Il patrimonio noetico	122
Spazio esterno e spazio interno.....	124
Il tempo soggettivo e oggettivo.....	127
 CAP. 8 - 7° CHAKRA: VASO CONCEZIONE E VASO GOVERNATORE	
Alchimia orientale e occidentale: due facce della stessa medaglia.....	131
Alchimia taoista	139
Il percorso della Luce	143
La coscienza cosmica.....	147
 CAP. 9 - I SIMBOLI CENTRALI DELLA SACRALITÀ DELL'UOMO	 159
 CAP. 10 - IL SIGILLO DI SALOMONE.....	 179
Il Sigillo nel Cantico delle creature.....	188
 Bibliografia.....	205
Nota sull'autrice	207

*La gioia è il Dio dentro di voi
che si leva in piedi,
si dà una scrollatina
e comincia a sorridere.*

(P. RODEGAST, J. STANTON,
IL LIBRO DI EMMANUEL,
ED. CRISALIDE)

PREFAZIONE

*Dio dorme nella pietra
sogna nel fiore
si desta nell'animale
sa di essere desto nell'uomo.*

(PROVERBIO ASIATICO,
DIO DORME NELLA PIETRA, ED. RED)

Questo lavoro è stato inizialmente proposto in un ciclo di lezioni che ho tenuto per qualche tempo. È stato poi tramutato in libro anche per accogliere l'invito di chi avrebbe desiderato fermarsi di più su alcuni punti per riflettere e “*metabolizzare*” meglio l'argomento.

Nella stesura del testo ho cercato di ricreare parzialmente l'ambito e la modalità espositiva tipica della lezione, in cui c'è contatto d'occhi e interazione vitale continua tra chi parla e chi ascolta, che invece manca in un libro. Ecco perché ho mantenuto al possibile la forma diretta del dire, convinta che sia più viva e quindi corrispondente a ciò di cui parlerò, che riguarda la Vita.

L'argomento di questo lavoro nasce da studi e ricerche esterne e interiori e da elaborazioni personali iniziate molti anni fa.

Lo scopo della ricerca che vi propongo di condividere è quello di cercare e trovare legami, laddove sembra che non esistano, tra attività e discipline diverse, tra situazioni di vita, di spazio e di tempo apparentemente diversissime tra loro, nella fiducia prima e poi sempre più nella sicurezza che i legami ci sono, basta solo trovarli, e che trovare i legami significa “*mettere ordine*” o “*mettere in ordine*” e quindi avere la possibilità di comprendere meglio per meglio creare.

Comprendere cosa? Il senso della vita. Il fine dell'uomo. L'obiettivo verso cui tendere nel processo di crescita che ciascuno di noi, incessantemente, crea giorno dopo giorno.

Ricerca in questo senso è come giocare a un puzzle il cui disegno finale c'è, ma è oscurato ed è come se in qualche modo se ne illuminasse una piccola parte ogni volta che, a furia di cercare, si riesce a trovare il giusto incastro di tessere corrispondenti. Proprio come in un vero puzzle, per unire le prime due tessere occorre molto tempo e magari sono anche periferiche e poi, man mano, diventa sempre più facile o forse sembra così perché comincia a illuminarsi il quadro e ci si dedica alla ricerca con più disponibilità e soddisfazione.

Il gioco è un continuo rimando tra esperienze vissute al grado di coscienza disponibile (l'assemblare tessere) e la conoscenza che si conquista (o si riconquista) di conseguenza (= le lucette che illuminano il quadro).

La prima porta alla seconda e la certifica. Diversamente la conoscenza senza l'esperienza è utile esercizio della mente, ma vuota e sterile per la propria crescita.

Sarebbe un puzzle fatto da un altro. Può essere anche bello, ma non è "*il proprio*".

Il disegno del quadro è la realtà dell'Universo e la grandiosa realtà dell'Uomo (con la U maiuscola), che dell'Universo è parte e di cui contemporaneamente è corrispondente e perfetta rappresentazione olografica analogica. In altri termini possiamo parlare di microcosmo che rispecchia e riproduce il macrocosmo o, se volete, di macrocosmo come matrice del microcosmo. Le leggi sono le stesse: il comprenderne una di qua permette di poterla applicare di là e viceversa.

In questo lavoro esporrò i risultati di un settore di queste mie ricerche, aiutandovi a "entrarci dentro", perché chi vuole possa ricreare e continuare per sé questo gioco affascinante, serio e giocoso insieme, difficile ed entusiasmante, in cui il premio della conquista fatta è sempre di gran lunga maggiore della fatica impiegata per ottenerla.

Aggiungo che la posizione in cui mi voglio situare non è quella di chi ha *la* verità da trasmettere, ma quella di una persona che ama ricercare e ama condividere e soprattutto ama giocare insieme e dunque ama ricercare e condividere per meglio giocare insieme.

Il gioco spontaneo è per il bambino una cosa serissima (attraverso il gioco impara la vita), ma praticata nella gioia e soprattutto con la partecipazione del suo intero essere. Il gioco nutre quindi ogni livello dell'essere, senza sforzo e senza fatica, perché la motivazione è molto forte e agita dal centro. Questo è il senso della ricerca interiore: un gioco serio, che avvince, e il cui premio, passo dopo passo, è gioia.

Mi permetterò di mischiare allegramente e liberamente la parte (ologramma) con il tutto, MTC (Medicina Tradizionale Cinese), alchimia, esoterismo, dottrina dello shiatsu energetico e taoismo, astrologia e fisiologia, simbolismo, etimologia e numerologia e altro ancora. Poiché *la Verità è una, anche se molte sono le forme*, spiegherò una correlazione in un settore usando analogia legge di un altro settore più conosciuto, il tutto cercando di portare l'analogico a essere per quanto possibile correttamente compreso con la logica.

Molto spesso però la comprensione non verrà dalla logica ragionativa, ma da altre capacità che ciascuno di noi possiede, cioè quelle analogiche e intuitive.

CAPITOLO 1

CORNICE TEORICA DI RIFERIMENTO

*Tutto vi è dato.
Il vostro cammino è tracciato.
Talvolta è invisibile, ma è sempre là.
Voi non potete sapere dove va,
ma dovete seguirlo.
È il cammino che conduce al Creatore.
È il solo cammino che esista.*

(CAPO LEON SHENANDOAH,
*IL GRANDE SPIRITO PARLA
AL NOSTRO CUORE*, RED ED.)

Ho dato questo titolo al capitolo perché, come in un quadro, tutto ciò che seguirà sarà compreso nella cornice che ora descriverò.

Contemporaneamente questo capitolo rappresenta il canovaccio su cui poi “ricameremo” insieme il contenuto del quadro.

Per chi non fosse già addentro a questi argomenti, consiglio di leggere il capitolo lentamente per fissare bene i concetti di base qui esposti. Ciò faciliterà la lettura e la comprensione di tutto ciò che segue.

Il binario che ci servirà da guida per la comprensione della realtà del micro-macrocosmo sarà la correlazione tra gli elementi (sia in senso occidentale che orientale, sia del macrocosmo che del microcosmo) e i chakra della tradizione indiana (fig. 1).

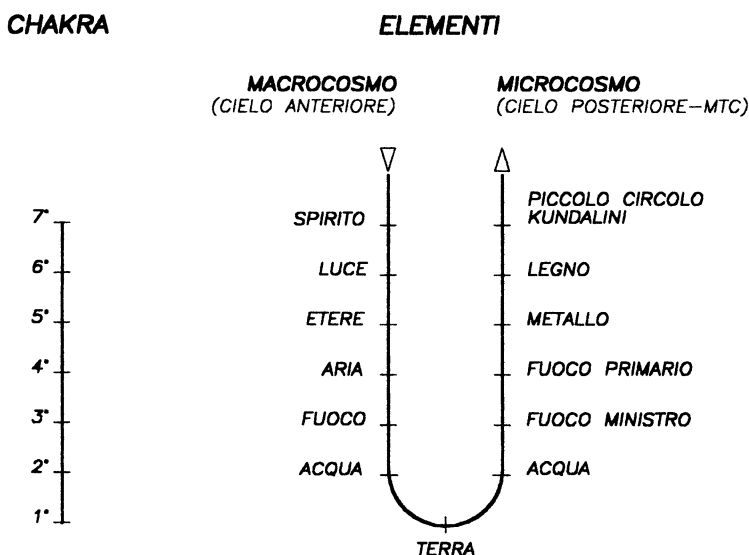


Fig. 1

I chakra richiamano in modo diretto la realtà multidimensionale dell'uomo.

Cosa intendo con questo termine?

Il concetto che l'uomo è partecipe nello stesso momento di più di una realtà dimensionale; quella palpabile del corpo fisico e dei cinque sensi è soltanto una. Ne abbiamo almeno un'altra: quella spirituale.

Etimologicamente

Uomo, cioè Homo, è legato ad altri due termini:

Hom = seme di vita

Humus = terra fertile

Ambedue sono necessari l'uno all'altro.

Intendendo l'essere umano noi parliamo anche di "individuo". Tale termine non può essere attribuito altro che agli umani, non agli animali per esempio, con esclusione talvolta di cani e gatti domestici.

In-dividuo vuol dire *non-diviso*, il segno grafico essendo **U**. Viene in mente la U di uomo, il ferro di cavallo portafortuna, i braccialetti orientali con corrente alternata, ma anche “*i corni del dilemma*”: “essere o non essere”).

Che cosa occorre specificare che è non-diviso? Ciò che, pur non essendo uguale né omogeneo, non è però separato, per esempio Spirito e materia.

Nell’Uomo dunque il Divino dello Spirito (Hom) e il materiale del fisico (Humus) non sono divisi. Essendo comunque realtà diverse tra loro ci deve quindi essere un qualcosa che li lega. Cosa sarà?

La tradizione ebraica racconta nella Genesi che Dio, dopo aver formato la terra (regno minerale), le piante (regno vegetale) e gli animali (regno animale), creò l’uomo a Sua “*immagine e somiglianza*”, soffiando lo spirito vitale nella creta con cui aveva dato forma al suo corpo. Così dall’*Hom* (soffio) di Dio nell’*Humus*, cioè dal seme divino di vita piantato nella materia fertile, nacque l’Uomo (U maiuscola), essere fatto di materia e di Spirito, realtà diverse non divise, ma anzi compenetranti.

Di-viduo = “separato dal sapere”. Corrisponde alla “*caduta*” nella materia sempre più densa una volta lasciato l’Eden (= percorso involutivo).

Ma: *dividere* = “cercare attraverso l’analisi”.

Così l’*Individuo* è un essere non diviso dal sapere, sapere che può ricercare attraverso l’analisi e attraverso essa ricondursi all’Unità (= percorso evolutivo).

La O di Hom diventa la U di Uomo, la parte che manca alla chiusura (da U a O), essendo ciò che l’uomo deve conquistare per ridiventare un intero.

Questo stato dello Spirito dentro la materia vitale è correttamente chiamato *Anima*.

L’animico proviene dunque dallo Spirito e comprende in sé lo Spirito, così come lo stato liquido dell’acqua proviene per precipitazione dal vapore e comprende in sé il vapore.

L’acqua chiusa in un contenitore elastico gli fa assumere una forma a consistenza elastica, pur restando acqua. Così l’Anima, racchiusa dentro al corpo (= contenitore elastico) assume la forma del corpo, pur mantenendo inalterata la sostanza animica. Per comprendere si può pensare al corpo come

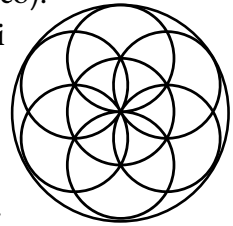
a una spugna piena d'acqua: nella spugna acqua e tessuto coesistono sostenendosi a vicenda, ma non si mischiano.

Quindi il corpo (materia) ospita l'Acqua vitale dell'Anima, la quale proviene dallo Spirito. Quando parleremo dell'elemento Acqua, troveremo ulteriori analogie.

La Genesi parla di sette giorni della Creazione, metafora per dire che sette sono gli stadi del processo di creazione del Cosmo.

Il 7 è il numero della Creazione e tutto vi si rifa: giorni della settimana, colori, note, chakra, metalli dell'alchimia, pianeti (antichi) del sistema solare, tavola periodica degli elementi di Mendeleev (peso atomico).

Il 7° anno e i suoi multipli (14, 21 ecc.) sono anni importanti nella vita di ciascuno di noi e dopo i 49 si ricomincia a contare da capo, anche se a un giro superiore di spirale.



Possiamo pensare al 7 come a 6+1 (vedi il disegno a fianco del Fiore della Vita di tradizione egizia) oppure come 3+4.

L'intero processo di creazione è un passaggio dal non-manifesto al manifesto attraverso un processo di condensazione che si esprime in sette livelli. Nel Cosmo tale processo dà vita ai 4 elementi immersi nell'Etere e nella Luce dello Spirito (fig. 2).



Fig. 2

“Dall’Uno nacque il Due, dal Due nacque il Tre, dal Tre le 10.000 cose...”
recita il Tao Te Ching.¹

Le 10.000 cose nascono attraverso il 4 (elementi, direzioni dello spazio nel tempo, stagioni, fasi della luna ecc.). $10.000 = 10$ (tetractide) + 3 zeri.

Nel *Tao* (= zero = vuoto = caos), in cui tutto è mischiato, è insito a livello potenziale il potere ordinatore, che però si esprime attraverso il *Tai-Ji* (= 1 = Grande Uno o Grande Vertice), in cui yin e yang sono visibili nelle loro diversità, ma ancora uniti e armonici (figura 3). Da essi, per separazione, nasce il DUE, yin e yang divisi.

Il *Te* è il potere ordinatore insito nella manifestazione. È chiamato anche: *potere di azione “non-agente”*. Quindi è il *potere di presenza* che agisce senza fare (come la presenza di una persona nella stanza si “sente” senza vederla o udirla e “agisce” anche se sta in silenzio).

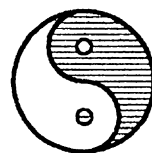


Fig. 3

Ching = libro

Il Tao Te Ching è tradotto come “Il libro del Principio e della sua Azione”, ma un’altra traduzione parla di “Il libro della Via e della Virtù”.

A me piace pensare alle due definizioni come l’andata e il ritorno del ciclo spirale della Creazione (Principio di Individuazione e Via della Coscienza), le due parti di un intero, così come inspirazione ed espirazione sono le due parti dell’intero atto respiratorio.

La stessa modalità di creazione è indicata anche nella *Tetraktys* dei Pitagorici: $1 + 2 + 3 + 4 = 10$ (fig. 4). Il 10 è l’insieme del Vuoto (= 0/zero = Tao) e del Pieno (= 1 = Tai-Ji).

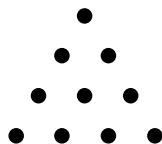


Fig. 4

¹ *Tao Te Ching, Il libro del Principio e della sua Azione*, ed. Mediterranee

Ma mentre nel mondo non-manifesto è il Vuoto che dà origine al Pieno, da cui origina tutto l'Universo visibile, nel mondo manifesto, che è specchio del primo, prima viene il Pieno (1, Tai-Ji) e poi il Vuoto (0, Tao).

Ogni volta che una serie di numeri primi è completa, cioè raggiunge il 9, per poter continuare a svolgersi occorre che torni all'unità (1) e alla sua origine (0), cioè all' $1 + 0 = 10$.

Così nell'universo temporale ogni espansione della Creazione micro o macrocosmica ha un ciclo connaturato alla sostanza o alla situazione spazio-temporale o all'Essere che la vive e invariabilmente, prima o dopo, arriva a conclusione. Per poter continuare ad avanzare deve tornare all'origine. Così per l'albero dopo la finta morte dell'inverno, così per l'uomo dopo ogni chiusura di ciclo terreno.

Tale "ritorno" non è però un ritorno indietro, ma è come quando, su una gradinata esterna intorno a una torre circolare, noi torniamo a vedere lo stesso paesaggio, stando però un piano sopra a prima. Così dalla partenza dell'1 si raggiunge 10, poi 100, poi 1000 e infine 10.000. Quattro zeri, quattro ritorni e ripartenze, ogni volta avendo conquistato, nel mondo della quantità, un intero superiore.

Pensando in termini di Creazione, la torre va pensata come vista dal punto più alto e quindi a scendere, ampliando il raggio di base e ogni volta conquistando un elemento più denso.

Cioè dall'Etere l'Aria, poi il Fuoco, poi l'Acqua, infine la Terra.

Riassumendo: dal Tao, il Vuoto, il Caos, lo Zero, l'Invisibile origina il Tai-Ji, il Grande Uno o Grande Vertice, riflesso del primo che, ordinando (= dividendo) il *Caos*, dà origine al Pieno del mondo visibile, ma ancora ordinato (*Cosmos*). In altri termini il Vuoto del mondo non-visibile si *es-prime* (= preme verso fuori), diventa visibile fuori, cambia nome e diventa il Pieno.

Il Due in Uno (cioè yin e yang nel Tai-Ji) si separa poi nelle due metà (le polarità opposte, come Luce e Buio) e la connessione tra esse è mantenuta nel Tre, che accoglie in sé sia la divisione sia l'Unità ($2 + 1 = 3$). Esso partecipa quindi ad ambedue le realtà (il Due e l'Uno), ma è in sé una terza realtà diversa dalle prime due, così come il figlio partecipa alle realtà cromosomiche dei genitori, ma è in sé un essere autonomo.

Il Ternario celeste dà successivamente vita al 4 dei quattro elementi ($3 + 1 = 4$) e quindi all'Universo quale noi lo conosciamo.

Ecco quindi che dall'Uno nacque il Due, da cui nacque il Tre e con il Quattro nacque il tempo e i cicli e “le 10.000 cose”, numero massimo simbolico di sviluppo dell'Universo verso l'espansione, in quanto completamento di 4 cicli o ere, uno per ogni elemento della creazione, in cui dall'Unità si procede verso la differenziazione (il Tre che si esprime nel Quattro), dal Centro verso la periferia, mantenendo tuttavia la coesione dell'Intero.

Sintetizzando: il Tao, il Vuoto, il Caos, l'Invisibile dà origine al Tai-Ji, il Grande Uno o Grande Vertice, che è divisione “ordinata” delle infinite potenzialità ed è contenuto in uno spazio definito.

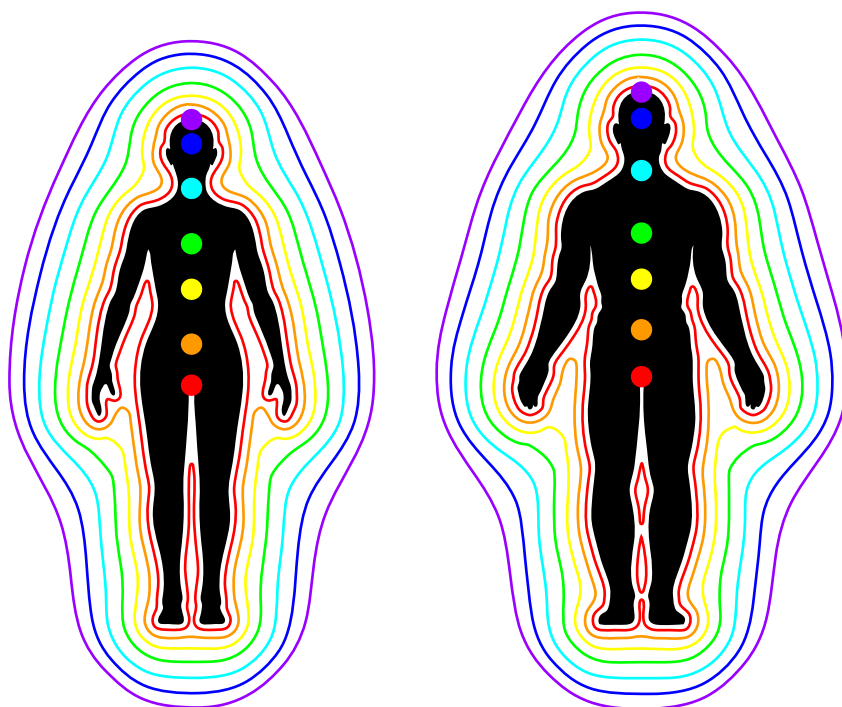
Quindi l'Unità invisibile si rende visibile in uno spazio delimitato, all'interno del quale “ordina” se stesso, “*mettendo in mostra*” le due polarità che sono comprese in ogni unità (2 in 1). Tale *atto* permette l'inizio della relazione tra i due poli che sono opposti, ma assolutamente complementari, perché rispetto all'Uno ciascuno ha ciò che manca all'altro.

Poiché ciascuna polarità tende all'intero, sono quindi destinati a cercarsi e rincorrersi continuamente, per creare insieme qualcosa che abbia il carattere di quell'unità ambita e perseguita. È su questa spinta che vengono create “le 10.000 cose”.

Continuando nella Creazione e nella differenziazione, le due polarità si distanziano sempre più dal centro, dall'Unità, fino a che si arriva a un punto limite, oltre il quale il legame si può spezzare, così come fa un elastico che si continui a tirare.

Ecco allora che all'espansione “fino a 10.000” verso la fisicità occorre che segua la diminuzione progressiva di tensione, il ritorno elastico, la contrazione, la riunione e che la direzione dell'evoluzione attui un capovolgimento e si orienti decisamente verso la realtà di provenienza, l'Invisibile, verso il ritorno alla Fonte, all'Uno, ma avendo nel frattempo conquistato un livello evolutivo cosmico più avanzato.

È il “*ritorno a Casa*”.



Anche la realtà multidimensionale dell'uomo è condizionata dal numero 7.

Se 7 sono i livelli di espressione del Cosmo, 7 sono anche i livelli dei “corpi” dell'uomo. Sei appartengono allo Spirito e all'Anima e formano l'*Uovo aurico*, uno alla materia, il fisico.²

Lo stato vitale si manifesta come vibrazione. Tutto ciò che è vivo vibra. Tutto ciò che è fermo, statico o è morto o sta morendo; è la fissità della morte. Vita invece è movimento, è cambiamento, è evoluzione. In questo senso, e permettetemi il bisticcio di parole, si può “diventare morti pur restando in vita”: quando noi cominciamo a fermarci, ad aver paura di cambiare, di lasciare per trovare, cominciamo a morire. In questo senso la metafora dell'acqua è perfetta (e non scordiamoci che noi siamo costituiti per l'80% di acqua): finché scorre è Acqua di Vita; quando diventa stagnante, ferma, è sempre acqua, ma acqua morta che velocemente imputridisce.

2 “Aura” è chiamata l'irradiazione dell'energia dell'uomo all'esterno del suo corpo fisico. L'uomo e la sua energia sono racchiusi in una forma a uovo, l'“Uovo aurico”, che possiamo considerare lo “spazio individuale” del sistema microcosmo uomo. Basta pensare ai dipinti sacri del Medioevo circondati da una “mandorla” oppure all'uovo energetico di cui parla Castaneda. Se l'analogia funziona, anche il macrocosmo Universo deve essere compreso in una forma spaziale a forma di uovo (che la tradizione indù chiama infatti “Uovo di Brahma”).

Ciò ha del tutto a che fare con i canali dell'energia vitale, chiamata Qi o Chi (*leggi "Ci"*), Ki in giapponese, della Medicina Tradizionale Cinese (MTC), i famosi meridiani. Possiamo pensarli come canali di "Acqua" o meglio, come fiumi sotterranei. Dove il loro fluire viene bloccato, lì si forma energia stagnante, che prima o poi diventa acqua putrida, morta, e causa danni che i sintomi manifestano. Se, mentre tratto una persona con Keiraku Shiatsu, il fiato della persona trattata manifesta tale odore di putrido, io sono contenta (anche se distolgo il naso), perché vuol dire che dove c'era blocco e morte, sta entrando la vita. Dove entra la vita la morte viene cacciata fuori, come si fa con un ospite indesiderato a casa propria.

L'onda della vita

Ciascun atto vitale, a qualsiasi livello, è composto da due parti, un'andata e un ritorno, che però, considerati nel tempo, non riportano mai all'inizio, ma scandiscono nel tempo il cammino evolutivo: sistole e diastole, inspirazione ed espirazione, giorno e notte, estate e inverno, vita e morte, involuzione ed evoluzione. Sono gli opposti che a un livello superiore sono congiunti in un'unità: sistole più diastole = un battito cardiaco; giorno più notte = una giornata; vita più intervita = un ciclo vitale; yin più yang = Tai-Ji; Involuzione più Evoluzione cosmica = giorno di Brahma. Del resto il segno grafico di qualsiasi vibrazione (fig. 5) è, appunto, un'onda che, sul foglio di carta, comprende una parte discendente e una ascendente, ma che, come vedremo, nella realtà tridimensionale corrisponde a un giro di spirale.

Questo nel cortissimo di qualsiasi vibrazione sonora e questo nell'enormemente lungo degli stadi evolutivi umani e cosmici.



Fig. 5

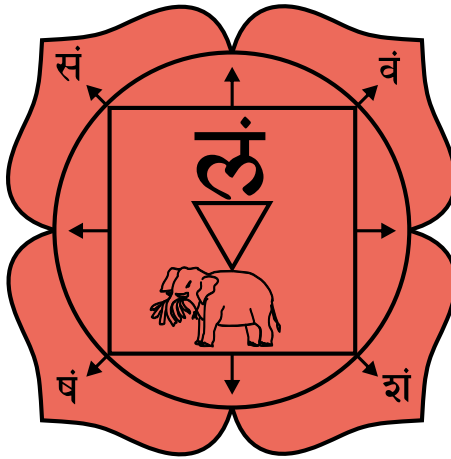


CAPITOLO 2

1° CHAKRA: ELEMENTO TERRA

Le pietre respirano. Io credo che le pietre respirino. Non riusciamo a percepirlo con le nostre brevi vite.

(CAPO SIOUX, INDIANI D'AMERICA, ED. RED)



1° e 7° chakra, così come Terra e Cielo dei cinesi, sono le polarità entro cui è compresa la manifestazione dell'Universo e, parallelamente, la struttura dell'uomo.

Sia l'Etere che l'Aura dell'uomo hanno la stessa forma.

Se il 7° rappresenta la Via per l'integrazione nel Tao, nel Non-Essere, nel Senza-Forma, il 1°, il suo complementare, è il regno della Forma, della struttura. L'elemento corrispondente non può essere altro che l'ultimo del

processo di condensazione, cioè l'elemento Terra.

Possiamo vedere il processo di Creazione, (energia discendente) come un processo di scelte successive sempre più limitanti, che vanno dal libero “come l'aria” al totalmente determinato della materia, dall'invisibile (energia spirituale) al visibile (energia materiale, cioè forza; fig. 1).

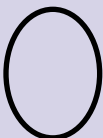


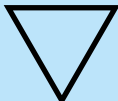

	ETERE	Spazio in cui gli altri elementi operano.
	ARIA	Si muove liberamente ed entra in relazione con qualcos'altro. È presente dovunque, in ogni elemento manifesto.
	FUOCO	Si espande verso fuori e alto e vuole consumare. Brucia e purifica.
	ACQUA	Fluisce in basso e riempie. Sono acque inferiori e superiori.
	TERRA	Sta ferma dov'è, resiste. Le nostre resistenze al cambiamento, al fluire della vita, vengono da qui.

Fig. 1

“Una forma è una forza che non è libera di muoversi”.

Tutti hanno il movimento, tranne la Terra. La vita evolutiva infatti si sviluppò nell'acqua, ora sopra la terra, ma non dentro.

Ma libertà senza ordine è caos. La limitazione è quindi una necessità affidata alla manifestazione per riportare il *Caos* al *Cosmos*, cioè la libertà disordinata e distruttiva alla libertà ordinata e armoniosa. Motore immobile di tale trasformazione e spinta propulsiva della Creazione prima e della Discreazione dopo è sempre la Volontà, attributo dello Spirito.

La simbologia dell'elemento Terra è molto simile nelle varie tradizioni indiane, cinesi e alchemiche orientali e occidentali. Il materiale di correlazione è ricchissimo, ma mi soffermerò solo su alcuni punti basilari.

Terra è *stabilità, sostegno, nutrimento*.

Il 1° chakra è il "*chakra delle radici*", le nostre, di uomini, radici materiali che, come l'albero (simbolo analogico quasi perfetto dell'uomo), devono affondare bene nella materialità e stabilità della nostra Terra e da lì suggerire nutrimento. Tale nutrimento, metabolizzato e trasformato in energia (così come la linfa nell'albero), è quello che ci permette di tendere verso il Cielo, facendo sbocciare il fiore profumato e luminoso della nostra spiritualità. Non è un caso che il fiore usato come simbolo per i chakra sia il loto.

Il loto è un fiore che sembra nasca dall'acqua, ma invece affonda le sue radici nella melma sottostante. Sale nell'acqua con un lungo stelo e, giunto alla superficie, si apre all'aria e al fuoco solare. Si nutre quindi dell'energia dei 4 elementi.

Analogamente è per il fiore della Coscienza nell'uomo: le sue radici sono nell'addome (la sua Terra interna con due prolungamenti di connessione con la Madre-Terra, le gambe), lo stelo della sua pianta sale dentro l'Acqua dell'addome e il Fuoco del torace e si apre nella testa all'Aria e alla Luce dello Spirito.

Il 1° chakra è situato in corrispondenza della base del coccige (polarità yin del corpo ed è rivolto verso il basso). Il suo *yantra*⁸ è un fiore a 4 petali (la quaternità dell'uomo, infatti, secondo la croce obliqua dei quattro elementi). All'interno c'è un quadrato (= la figura piana più definita, così come il

⁸ Lo yantra è una figura geometrica semplice o composta che costituisce il supporto grafico per comprendere la simbologia delle manifestazioni cosmiche relative, per esempio, a ciascun chakra.

cubo è il solido più fisso e stabile). Al centro del quadrato c'è un triangolo a punta in giù da cui parte una colonna ascendente (che ritroveremo disegnata negli yantra di tutti i chakra), così come, nel fisico, l'osso sacro fa da sostegno alla colonna vertebrale. Dentro il triangolo un lingam⁹ con un serpente attorcigliato attorno per tre spire e mezzo.

Rivedremo tutto questo nei seguenti capitoli, ma per ora ci interessa capire come questo simbolo della nostra divina capacità di espansione e di crescita, non possa pre-scindere dalla nostra materialità e solidità terrena. Così come, analogamente, l'intero cammino di sperimentazione, elaborazione e conquista del nostro noetico passa necessariamente, esistenza dopo esistenza, attraverso i vari *io* delle personalità corporee.

Il triangolo poggia infatti sulla groppa di un elefante bianco (è Ganesh, Signore degli ostacoli), che quindi lo porta e lo sostiene. Ha 7 proboscidi che richiamano i 7 vortici imbutiformi e spiraliformi dei chakra, così come i 7 aspetti dell'intera realtà dell'uomo.

Elefante e Toro (o Vacca in altre tradizioni) sono due animali simbolo di stabilità. In India e nell'antico Egitto sono sacri. E tutti e due sono simbolo di forza fisica ("forte come un toro"). La forza è l'energia imprigionata *nella* e che scaturisce *dalla* materia. Il triangolo è yang e situato nel pieno dello yin della materia. Vedremo come nel pieno dello yang del cranio troviamo un punto totalmente yin. Allo stesso modo nel Tai-Ji il centro di ogni polarità è costituito dalla polarità opposta.

Ma se è vero che la stabilità e solidità delle radici ci serve per ascendere, è altrettanto vero che troppe radici consumano la potenzialità dell'albero, che in questo caso non cresce o cresce male. Così succede a noi se siamo troppo orientati verso la materia: ci leghiamo alle cose, al possesso, alle regole e ai limiti, ci perdiamo nei dedali del labirinto della vita, credendo che quella, la materiale, sia la nostra unica realtà e che il nostro valore venga dal saper conquistare e possedere oggetti e persone, posizioni sociali e onori. Scambiamo

⁹ *Linga* o *lingam* significa "segno". È il segno, il simbolo del fallo e del principio della procreazione nel non-manifesto, che, nell'unione con la *yonì* cosmica (simbolo dell'organo genitale femminile) che lo accoglie, rappresenta la capacità di procreazione nel manifesto. Ogni erotismo è totalmente estraneo a tale concetto.

lo strumento con lo scopo, il dito che indica la luna per la luna stessa, come recita un famoso detto buddista.

In MTC i due meridiani collegati all'elemento Terra sono *Stomaco (S)* e *Milza Pancreas (MP)* e l'apertura del corpo a essi collegata è la bocca. Bocca ed esofago sono come un imbuto. L'energia di S è un'energia volta a raggiungere obiettivi. Ma non è energia che *spinge verso*, è energia che *attira*, come se l'obiettivo attirasse a sé. Esprime infatti il bisogno. “Quell'obiettivo mi manca, ho bisogno di lui, devo raggiungerlo, farlo mio”, pena il rimanerne carente, mancante, vuoto. Lo stesso significato è applicato al mondo degli affetti quando affermiamo: “Ho bisogno di te!”.

È quindi “*fame di vita*”: fisica (cibo), ma anche fame di affetti (passioni), di onori e di possesso (potere). Il senso del masticare gomma americana a vuoto può essere trovato qui: viene attivata di continuo l'energia di S, ma non per digerire cibo, bensì per sostenere il bisogno di realizzazioni, di ambizioni, di possedere cose, oggetti, posizioni di potere, riconoscimenti sociali.¹⁰

È il regno della *quantità* (la massa, la gente), contrapposto a quello della *qualità dell'individuazione* di quando la persona è centrata. È il regno dominato dai mass media che irreggimentano, dalla pubblicità che condiziona e rende uguali come automi: vedi l'abbigliamento unisex – le taglie uniche – il colore unico per tutti che guarda caso è spesso il nero. Ma il nero è non-colore, che è come dire non-luce, non-vita. È il regno dove sta di casa il consumismo, che ogni giorno distrugge e crea quantità di differenziazione delle forme, tutte desiderabili (pena l'esclusione dal gruppo). Specchietto per le allodole (la diversità) per creare, in realtà, uni-formità. È il regno dei fanatismi e quello su cui fanno leva il desiderio e l'illusione. È infatti il regno di Maya, come gli indù chiamano il mondo dell'illusione, cioè quello in cui viviamo. Ritroveremo Maya più in là, in un contesto diverso.

È chiaro a questo punto che al 1° chakra è legato il sano concetto di *sopravvivenza*, cioè il trovare ciò che è necessario per vivere di cibo, vestiti, am-

10 Il termine “ambizione” non è affatto moderno: viene da “ambito”, che nell'epoca romana designava la zona, il quartiere che l'aspirante a una carica pubblica girava in lungo e in largo per procacciarsi voti e promettere in cambio futuri favori.

biente. A esso fa capo anche il meccanismo primordiale di *attacco e fuga*.¹¹ Ma se viene troppo attivato, questo diventa paura di perdere e di lasciar perdere, eccessiva conservazione di ciò che si ha (la sublimazione di tale paura porta, per esempio, al fenomeno del collezionismo) oppure spinge a forme di avidità nelle cose (è il prendere a più non posso, l'arraffare) e, riguardo al tempo, in quest'epoca moderna, è anche il fare quattro cose insieme per non "perdere" un minuto.

Per non perdere un minuto, perdiamo noi stessi. Perché, mentre nell'apparenza questo porta ad acquisire sicurezza e forza, nella realtà avviene l'opposto: ci separa dalla vera sicurezza che viene dal collegamento con il nostro Essere centrale, ci fa "a pezzettini" (è comune il dialogo: "Come stai?", "Sono a pezzi"), che servono ad animare i tanti ruoli che impersoniamo ogni giorno e ci defrauda, togliendoci la forza fino all'ultimo grammo. È un agire contro di sé che nel tempo si manifesta in tutta la sua chiara potenza distruttiva (stress, malattie invalidanti, malattie autoimmuni).

Unico beneficiario è il mondo dell'*Illusione* (almeno fino a che lo crediamo il solo, appagante e soprattutto reale) o, per dirla con il dizionario alla voce 'mondo' (contrapposto a spirito): "Tutto ciò che riguarda la società umana e la sua vanità". È il mezzo che diventa fine.

All'opposto di questo tipo di squilibrio c'è quello, per esempio, dell'accidioso (a-kedios = senza cura, indolente). Oppure quello di chi sta "con la testa tra le nuvole", l'anoressico o quello a cui "manca la terra sotto ai piedi" o è "senza radici!".

La vera strada di crescita, di solito, è al centro: sopra è lo spirito (Cielo), sotto la materia (Terra), davanti il futuro, dietro il passato, a destra e sinistra il maschile e il femminile e in obliquo i 4 elementi. È ricercando l'equilibrio tra questi opposti che avviene la crescita sicura e stabile.

11 Tale meccanismo istintivo di difesa della vita permette agli animali di valutare il pericolo e di scegliere la via migliore: l'attacco, se si sentono più forti di chi li attacca, o la fuga se sentono più forte l'altro. La reazione difensiva è resa possibile a livello ormonale grazie a un aumento massiccio nel sangue di adrenalina secreta dalle ghiandole surrenali, che sono di dominio del 1° chakra. Nell'uomo tale capacità istintiva a livello fisico è molto sopita per sovrapposizioni culturali e morali, ma persiste in altre forme più sofisticate.